

## Консультация для родителей средней группы

### «Каким бывает отдых».

Досуг (*свободное время*) – часть внерабочего времени, которое расходуется на восстановление сил, а также физическое и духовное развитие человека. Свободное время необходимо каждому человеку.

Чем же его заполнить?

Мы знаем время растяжимо,

Оно зависит от того,

Какого рода содержимым

Вы наполняете его.

**Бывают у него застои,**

А иногда оно течет,

Ненагруженное, пустое,

Часов и дней напрасных счет (*С. Я. Маршак*)

В каждой молодой семье, в которой недавно появился ребенок, часто нет времени для того, чтобы отдохнуть всем вместе. Обычно, чем обеспеченней семья, тем меньше малыш видит своих маму и папу, оставаясь на воспитании бабушек и нянь. Но для того, чтобы почувствовать близость с ребенком, оказывая ему заботу и любовь, нужно совсем немного, нужен совместный **отдых**. Отпуск должен быть не только у **родителей**, но и у детей. Наши дети нуждаются в смене обстановки, в общении с **родителями**.

Культура семейного досуга, несомненно, зависит от культуры **родителей**, от того, как и чем они сами заполняют свое свободное время. Если досуг в семье проводится примитивно, это сказывается и на ребенке. Отсюда и важнейшая **родительская** задача – учить детей **отдыхать** с пользой для здоровья. Если у **родителей есть какие-либо увлечения**, дети охотно их разделяют. Большое влияние на детей оказывает то, как **родители** проводят время в кругу своей компании. Если **родительская** компания устраивает совместные походы, семейные спортивные праздники, разнообразя их играми для детей, то это откладывает отпечаток и на детское **групповое** **проведение досуга**.

В организации свободного времени в семье, важны в первую очередь не **средства**, а знание того, чем заполнить досуг. Возможность проводить свободное время с пользой есть у всех и всегда. Исключительно благоприятные возможности для реализации воспитательной функции представляет совместный **отдых**. Совместный **отдых** семьи – это удивительная возможность всей семьи побыть вместе, узнать друг друга лучше и сблизиться. Семейный **отдых** – **шанс для родителей** лучше понять собственного ребенка, увидеть и услышать, чем он живет. Совместный **отдых** способствует укреплению дружбы, доверия между **родителями и детьми**. Если проводить свободное время неординарно, то яркие впечатления обеспечены всей семье. Совместных **отдых** играет важную роль в воспитании детей. Счастливые воспоминания из детства сохраняются на всю жизнь. Так зарождаются семейные традиции, которые передаются из поколения в поколение и формируются семейные ценности.

Виды совместного **отдыха родителей и детей**:

1. Совместная интеллектуальная деятельность: интеллектуальные игры, разгадывание кроссвордов, ребусов, загадок, собирание пазлов.
2. Совместная творческая деятельность: рисование, лепка, оформление квартиры к празднику, оформление открытки для поздравления родственников, изготовление различных поделок.
3. Совместная трудовая деятельность: посадка и уход за комнатными растениями, благоустройство территории вокруг своего дома, выполнение работ на приусадебном участке, уход за домашними животными.
4. Совместная спортивная деятельность: посещение тренажерного зала, бассейна, занятия на стадионе, лыжные семейные прогулки.
5. Совместные подвижные и сюжетно-ролевые игры.

Игры – прекрасный источник информации о личности ребенка. В игре можно увидеть, насколько последовательно ребенок идет к цели, боится или не боится трудностей, может ли справиться с постигшей его неудачей. Совместная деятельность **родителей** и детей может осуществляться с помощью игры-труда, подвижных игр-соревнований, игр-театрализаций (*разыгрывание литературных сюжетов*). Главная задача взрослых в этой игре – поддерживать оригинальность детей, вовремя похвалить за что-то интересное.

Прекрасным **средством** для укрепления семьи и воспитания подрастающего поколения, является семейный туризм. Семейный туризм дает уникальную возможность в реальности познакомить детей с природой, научить их любить и беречь ее, поучаствовать самостоятельно в решении многих задач

*(развести костер, собрать дрова, поставить палатку)*. Достичь общей цели с **родителями**, важно для ребенка любого возраста, он становится уверенней, организованней, ответственной. **Отдыхая всей семьей**, вы станете лучшими друзьями для своих детей. Подобный активный **отдых** помогает пробудить в **родителях** и детях дух коллективизма, развить выносливость, выдержку, настойчивость. В походе юные туристы учатся отличать съедобные грибы от несъедобных, получают возможность создать красивые поделки из дерева, изучать лекарственные растения.

Организованная поездка семьи в далекие страны дает много ощущений и впечатлений от нового и ранее неизвестного. Туристических комплексы предлагают широкий спектр услуг для семейного **отдыха**: бассейны для детей, игровые комплексы, спортивные комплексы, аттракционы, всевозможные развлечения. Но, и **отдых** в деревне не лишен своих особенных прелестей. Красота окружающей природы, чистота воздуха, насыщенного благоуханиями разнотравья, позволяют отдохнуть и физически, и морально. Давно известно, что одной из главных составляющих счастья человека является его близость к природе. Читая журналы и смотря телепередачи, можно узнать о новых интересных местах **отдыха** и спланировать ближайший отпуск с учетом этой информации.

Если нет возможности уехать в дальние страны, можно замечательно провести выходные дни в городе. Можно просто погулять по парку держась за руки, покататься на различных аттракционах, посетить музей или выставку, сходить в лес.

Семейный досуг должен доставлять удовольствие каждому члену семьи и от содержательного и доброжелательного общения, и от реализации своих потребностей в движении, познании. Тогда он оказывает развивающее воздействие на детей и взрослых, повышает их культурный уровень.